



LE VERDON à vélo

Guide
2025/2026

Carnet de route / Road book

intense
VERDON



Itinérances
& boucles
vélo, VTT



www.veloloisirprovence.com



Sommaire

Table of contents

Présentation Vélo Loisir Provence Le Parc naturel régional du Verdon About us and the Verdon regional natural Park	3	Transport de bagages Evènements vélo et VTT luggage transport/ Cycle and mountain bike events	16
Carte Le Verdon à vélo Map the verdon by bike	4-5	Légende et balisage VTC Key and road signs	17
Préparer son séjour Accès, transports et covoiturage Access, Transports and carpooling	6-17 6	Carnet de route : Le Tour du Verdon à vélo 258 km étape par étape Road book : Le Tour du Verdon à vélo step by step	18-23
Bien vous accueillir Welcoming you well	7	Itinéraires vélo loisir bike routes	24-25
Conseils et préparatifs de séjour, Advice and trip preparation, useful	8-9	Terres, truffes et cascades Cabanons et pigeonniers	24 25
Les grands itinéraires Long travel bike rides	10-11	Itinéraires VTT MTB routes	26-31
Agences de voyages, des séjours clés en main Travel Agencies, all included journey	12	Grandes traversées VTT Provence Verdon et Provence Alpes Des sources aux gorges du Verdon	27 28-29 30-31
Guides accompagnateurs Accompanying guides	13	Accueil Vélo : Les bonnes adresses dans le Verdon Accueil vélo : accommodations & restaurants in the Verdon	32-33
Louer et réparer son vélo Bike rental and repair shop	14	Aller plus loin More information	34-35
Carte interactive interactive map	15		

QUI SOMMES-NOUS ?

L'association Vélo Loisir Provence regroupe plus de 200 professionnels du tourisme, engagés depuis presque 30 ans, à accueillir les randonneurs à vélo. C'est aussi une équipe d'animateurs à votre écoute pour faciliter l'organisation de votre séjour. Nous avons à cœur de développer les déplacements à vélo dans les Parcs naturels régionaux du Luberon et du Verdon !

ABOUT US

The Association "Vélo Loisir Provence" is made up of more than 200 touristic professionals who have been receiving bikers in this region for more than 25 years. There is also a staff available to facilitate the organization of your stay. It sets out to carefully develop safe and enjoyable cycling in the regional natural Parks of the Luberon and the Verdon!



Voir le Verdon en Grand !

À la croisée de la Provence et des Alpes, ces paysages d'exception attirent des visiteurs du monde entier et justifient le classement en Parc naturel régional avec ses célèbres Gorges du Verdon, son plateau de Valensole, ses lacs : Sainte-Croix, Esparron et Castillon.

Créé en 1997, il s'étend sur une surface de 216 700 hectares. A cheval sur les départements des Alpes-de-Haute-Provence et du Var, il regroupe environ 35 000 habitants répartis sur 54 communes et 6 intercommunalités.

Ces paysages sont autant de biens communs qu'il faut préserver et à la fois valoriser. Cette quête d'équilibre n'est pas chose facile. Le Parc est chargé d'y veiller mais ce doit être l'affaire de tous : habitants et visiteurs.

De l'hiver à l'été, le Verdon se prête idéalement à la découverte à pied ou à vélo. Les montagnes de l'Artuby et des Préalpes seront particulièrement appréciées pour leur fraîcheur en été. Les ascensions du Puy de Rent (1996 m) ou du Mont Chiran (1905 m), emblématiques sommets locaux, permettront de prendre de la hauteur et de voir loin ! Au printemps, en automne et en hiver le plateau de Valensole et les collines du Haut Var feront ressentir la douceur de vivre du Verdon.

Le Parc du Verdon, véritable château d'eau, se distingue parmi les 9 Parcs de la Région Sud par sa diversité d'ambiances paysagères.

Ne manquez pas de visiter le Domaine de Valx sur lequel est situé la Maison du Parc, un sentier de découverte et des animations en période estivale. Bon voyage à la découverte des mille et un visages des paysages Pratique : le site www.cheminsdesparcs.fr sera un outil parfaitement adapté à l'organisation de vos balades nature ! Retrouvez aussi tous les professionnels partenaires et partageant les Valeurs du Parc sur www.valeursparc.fr

These landscapes of exceptional beauty at the crossroads of Provence and the Alps have a reputation which attracts visitors from all around the world and are justifiably ranked as a Regional Natural Park. The Gorges of Verdon, the lakes of Sainte Croix, Esparron and Castillon, the Plateau of Valensole...

Created in 1997, it covers an area of 216,700 hectares. Straddling the departments of Alpes-de-Haute-Provence and Var, it brings together around 35,000 inhabitants spread over 54 municipalities and 6 intercommunities. These landscapes are so valuable as collective goods that they must be preserved but also promoted. The quest to achieve a natural balance is not easy. The park is responsible for ensuring this balance but this must also be the responsibility of everyone, from inhabitants to visitors.

From winter to summer, the Verdon offers an ideal destination for exploration on foot or by bike. The Mountains of Artuby and the Pré-Alpes are particularly appreciated for their freshness during summer. The emblematic summits of the area, the Puy de Rent (1996m/6,067ft) or Mont Chiran (1906m/5,794ft), offer from their heights a never ending view of the region. In spring and autumn the Plateau of Valensole and the hills of the Haut Var bring to life the gentle ambience of the Verdon.

The Parc du Verdon, a veritable water tower, stands out among the 9 parks in the southern region for its diversity of landscapes.

Be sure to visit the Domaine de Valx, home to the Maison du Parc, a discovery trail and summer events. Enjoy your trip and discover the thousand and one faces of our landscapes.

Tip: the site www.cheminsdesparcs.fr is a useful tool perfectly adapted to help organising nature walks and wildlife outings!

You can also find all the professional partners who share the Park's Values at www.valeursparc.fr

Parc naturel régional du Verdon

Maison du Parc - Domaine de Valx
04360 Moustiers-Sainte-Marie
04 92 74 68 00
info@parcduverdon.fr
www.parcduverdon.fr - geo.pnrsud.fr

[f @ParcdVerdon](https://www.facebook.com/ParcdVerdon)

LE VERDON À VÉLO



Grands itinéraires

- Tour du Verdon : 258 km - D+ 4000m
- La Méditerranée à vélo : 850 km
- Liaison Manosque - Varages (non balisé)
- Liaison TER Manosque-Meyrargues

Plateau de Valensole - Lac de Sainte-Croix

- 17 Plateau de Valensole : 53 km
- 15 La Romaine : 47 km
- 16 Lacs du Verdon : 74 km
- variantes

- route non sécurisée et fréquentée
- Road traffic
- Limite du Parc naturel régional du Verdon

Basses Gorges et Haut-Var

- 1 Les Plateaux du Bas-Verdon : 57 km
- 4 Les Barrages du Verdon : 65 km
- 30 Terres, truffes et cascades : 35 km

Haut et Moyen Verdon

- 11 Les Hautes Vallées : 72 km
- 12 Verdon et Vaire : 71 km
- 13 Belvédères du Verdon : 57 km
- Autour du Teillon (non-balisé) : 57 km

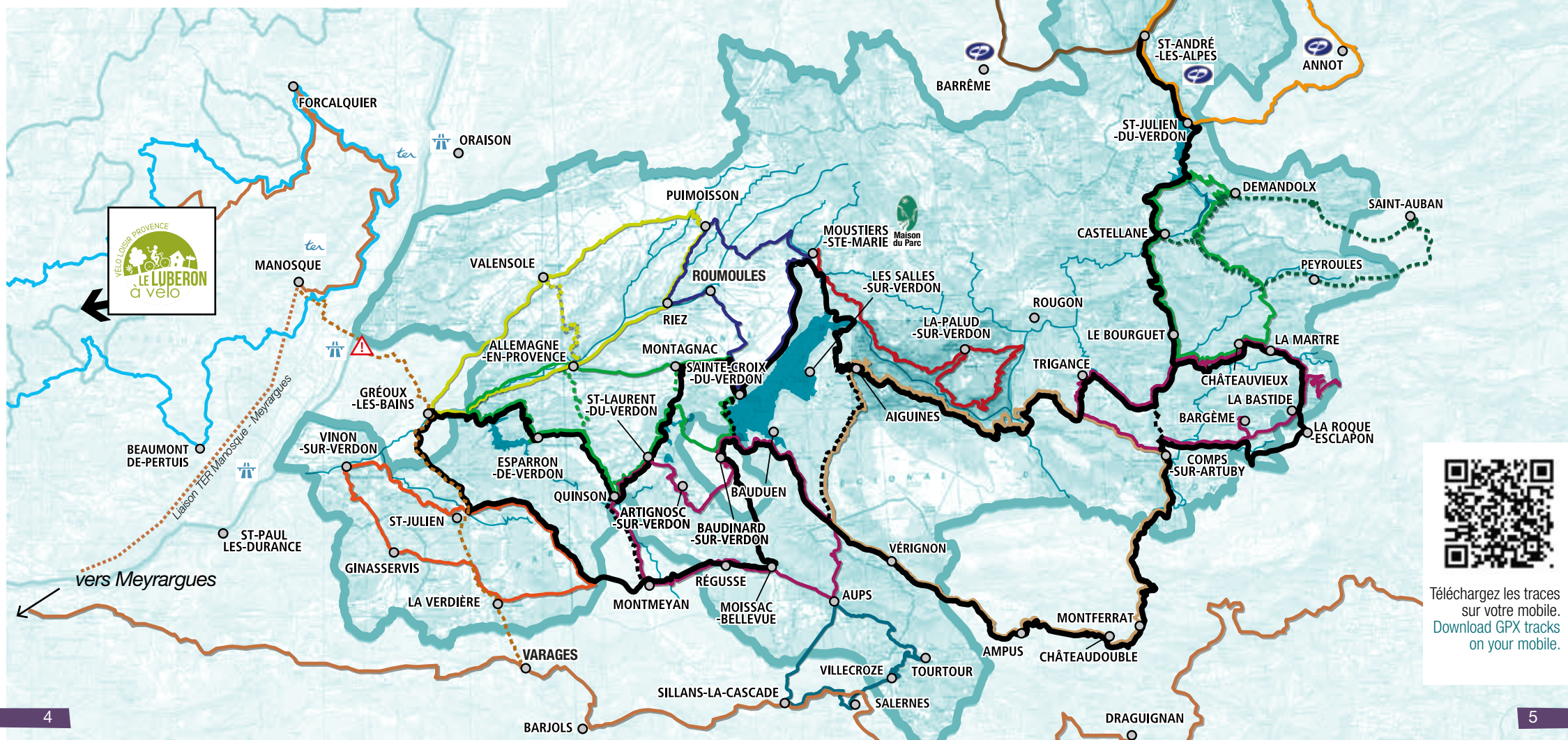
Grandes Gorges et Artuby

- 14 Grand Canyon : 60 km
- 5 Les Gorges du Verdon : 98 km
- 7 Le Toit du Var : 71 km

0 2,5 5 km



Sources : PNR, BD Carthage, BD Alti, Scan 100
Base de données : IGN PPAR 2014-2020
Cartographie : N. PETIT-ST-PHILIPPE



Téléchargez les traces
sur votre mobile.
Download GPX tracks
on your mobile.

Accès, transports et covoiturage

Access, transports and carpooling



• EuroVelo 8 – La Méditerranée à vélo
www.lamediterraneeavelo.com



• A51 sortie / exit n°17 Gréoux-les-Bains, Vinon-sur-Verdon
• A51 sortie / exit n°18 Valensole, Gréoux-les-Bains
• A8 sortie / exit n°36 Draguignan
www.inforoute04.fr - www.var.fr/routes/info-route



A bord des trains TER, transport de vélo gratuit et sans réservation hors heures de pointe. Service accessible sous réserve d'emplacements disponibles / Transport is free and without reservation excluding rush hour. This service is available subject to available spaces
www.ter.sncf.com/sud-provence-alpes-cote-d-azur/services-contacts/voyager-avec-velo
• Gare TGV / TGV station Saint-Charles (Marseille) / Aix-en-Provence TGV puis liaison par les gares TER de / then rail connection with Meyrargues, Manosque, La Brillanne-Oraison.
Ou Gare TGV / or TGV station Les Arcs-Draguignan
www.sncf-connect.com
• Chemins de fer de Provence : ligne / route Nice - Digne les Bains avec des gares à / with stations in Entrevaux, Annot, Thorame-Haute, Saint-André-les-Alpes.
Trajet Saint-André-les-Alpes / Digne-les-Bains sera assuré en autocar jusqu'à nouvel avis. Buses replace all trains between Saint-André-les-Alpes and Digne-les-Bains.
Le transport de vélos démontés est garanti sous certaines conditions / Disassembled bicycles are allowed with conditions
www.cpzou.fr



• Réseau régional / Regional bus services
04 13 94 30 50 - zou.maregionsud.fr
Transport de vélo possible sur lignes LER, en soute ou sur supports vélos si ligne équipée. En soute, il est conseillé de transporter votre vélo protégé dans une housse de protection. Contacter le service Clients Zou pour réservation et conditions d'import des vélos à bord. Bike transport possible in the hold or on bike rack. It is advisable to carry it in a protective cover. Contact Zou Customer Service to find out the conditions for transportation on board and reservation.

• Lignes TransAgglo / bus connections in the Verdon
04 92 70 34 00 – mobilite.dlva.fr
Ligne 131 Manosque – Vinon-sur-Verdon - Gréoux-les-Bains équipée d'un porte-vélos. Réservation la veille obligatoire au 0 800 870 942
Line 131 Manosque – Vinon-sur-Verdon – Gréoux-les-Bains equipped with a bike-rack. Reservation the day before required at +33 800 870 942.

• Navette Blanc-Martel / Blanc-Martel shuttle
navette.parcduverdon.fr

• Liaisons européennes / European bus services
Certaines compagnies (Blablabus, flibus) permettent de voyager avec votre vélo, en soute ou sur un porte-vélo. Conditions d'import et de réservation à vérifier auprès de l'opérateur.
Some bus companies (Blablabus, flibus) allow you to travel with your bike, in the hold or on a bike carrier. Transportation and booking conditions to be checked with the operator.



• Aéroport Marseille-Provence
Marseille-Provence Airport: www.marseille.aeroport.fr
• Aéroport Nice Côte d'Azur / Nice Côte d'Azur Airport:
www.nice.aeroport.fr



Bien vous accueillir

Parce qu'il est important d'être accueilli chez des professionnels qui connaissent vos besoins de randonneurs à vélo et qui s'efforceront de prendre soin de vous et de votre vélo, toutes les bonnes adresses proposées ici sont labellisées « Accueil Vélo ».

Make you feel welcome

Because it's important to be well received by professionals who understand your requirements and are committed to take care of you and your bike, all services providers are registered under the national label « Accueil Vélo » (Bike Welcome).

Hébergements, restaurants, loueurs et réparateurs de vélo, lieux de visite et caves mais aussi offices de tourisme, tous vous garantissent :

- 📍 - Être à proximité d'un itinéraire cyclable
- 🔧 - Des équipements et des services dédiés
- 🚲 - Un accueil attentionné et des conseils pour mieux apprécier votre séjour

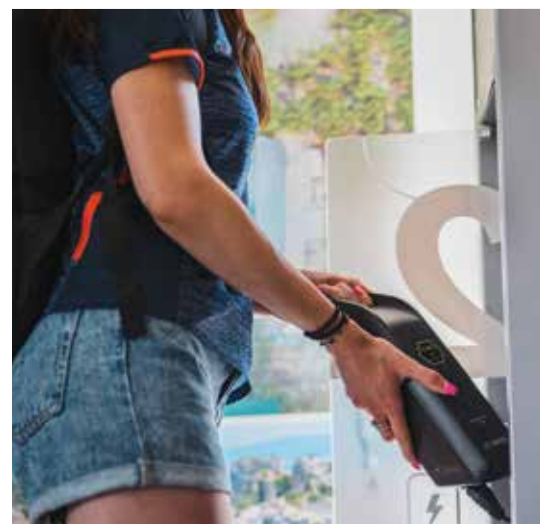
Découvrez tous les services « Accueil Vélo » sur notre site : www.veloloisirprovence.com



Accommodations, restaurants, bike rentals and repair services, places to visit, wine cellars and tourist offices, they all guarantee :

- 📍 - Being close to a cycle route
- 🔧 - Adapted equipments and services
- 🚲 - A warm welcome and advices to fully enjoy your stay

Discover all service providers « Accueil Vélo » on our website: www.veloloisirprovence.com



RECHARGER LES BATTERIES !



Vous roulez à vélo à assistance électrique ? Profitez d'une pause déjeuner ou d'une visite pour recharger vos batteries. Des chargeurs « Bosch » sont à votre disposition dans certains offices de tourisme et sites de visite « Accueil Vélo », à l'initiative du Département des Alpes de Haute-Provence. Retrouvez-les dans ce carnet de route, facilement identifiables grâce au symbole ci-dessus.

Recharge the batteries

Do you ride an electrically-assisted bicycle ? Take advantage of a lunch break or a visit to recharge your battery. Bosch chargers are available at some cultural sites and tourist offices marked « Accueil Velo », on the initiative of the Alpes de Haute-Provence department. Find them in this road book, easily identifiable with the symbol above.

Conseils et préparatifs de séjour

Quelle variété de parcours ! Plus de 700 kilomètres d'itinéraires balisés sur des petites routes et près de 2 000 kilomètres d'itinéraires VTT : le Verdon jouit d'une diversité de parcours peu commune.

Un grand circuit en itinérance vélo pour plusieurs jours de randonnée, ou plutôt une balade en boucle, à la journée ou à la demi-journée ; l'aventure d'une grande traversée d'une semaine à VTT, ou des petites boucles de tous niveaux : chaque formule est ici présentée. A vous de choisir, de venir, et... de revenir pour tout découvrir !

Choisissez bien votre monture, fidèle compagnon pour parcourir ces petites routes et ces sentiers. Vélo Tout Chemin et randonneuse sont recommandés pour la majorité des itinéraires vélo, et un bon VTT, de préférence tout suspendu, sera indispensable sur des chemins souvent pierreux. Les vélos et VTT à assistance électrique sont de bons alliés pour adoucir un relief parfois escarpé !

Advice and trip preparation

Such a variety of routes to choose from! More than 700 km / 438 miles of marked and sign-posted itineraries along lanes and pathways and nearly 2000 km / 1242 miles of mountain bike itineraries: the Verdon rejoices in an uncommonly diverse choice of routes.

Select from a large circuitous route of over several days cycling or perhaps a small cycle loop for a day or half day; opt for the adventure of mountain biking over a whole week or plump for a few little loops adapted to all levels. Various formulae are presented here. The choice is yours! Come and enjoy and... come back again for more!

Select your bicycle with care; it will be your faithful companion along these secluded routes and tracks. All-road bikes and trekking bikes are recommended for the majority of the itineraries, and a good mountain bike, preferably with full-suspension, will be essential on rocky paths. E-bikes and MTBs are good partners to soften a quite hilly area!

De préférence hors été...

Secteur extrêmement touristique, le Verdon ne désemplit pas en été. Certaines de ses routes sont alors saturées d'automobilistes, rendant dangereuse la pratique du vélo. De ce fait, mais également en raison des fortes chaleurs, nous vous recommandons vivement les périodes de mars à juin et septembre à mi-novembre.

Partez équipés et en toute sécurité ! Set out equipped and secure!



Le port du casque est fortement recommandé pour tous et obligatoire jusqu'à 12 ans.

Wearing a helmet is highly recommended for everyone and mandatory up to 12 years.



Prévoyez de l'eau, de la crème solaire et un encas...
Bring water, sunscreen and a snack.



Assurez-vous d'être visible le soir, la nuit ou de jour par mauvaise visibilité avec des éclairages qui fonctionnent et un gilet de sécurité...

Make sure you are visible in the evening, at night or during the day in poor visibility with working lights and a safety vest.



Contrôlez l'état de votre matériel et prévoyez le nécessaire de réparation.

Check the condition of your equipment and plan the necessary repair



Si vous partez seul, laissez votre itinéraire à votre entourage.

If you go alone, leave your itinerary to those around you.

L'achat d'un topoquide vélo



ou d'une carte du Verdon est vivement conseillé.

The purchase of a «bike» topoguide or a map of the Verdon is strongly recommended.

OUTDOOR VISION PRÉSERVONS NOTRE TERRAIN DE JEU !

Je partage mes traces GPS pour la préservation et l'aménagement de mes sites de pratique.

outdoorvision.fr



Outside of summer...

Extremely popular tourist region, the Verdon is very busy in the summer. Some of the roads become saturated with traffic making cycling dangerous. For this reason and also because of the high season temperatures we strongly recommend the periods of March to June and September to mid-November.

Un voyage à vélo, c'est quoi ?

Découvrir une région, ses paysages, villages et sites touristiques, à son rythme et librement, telle est la promesse du voyage à vélo.

What is a bike trip?

Discovering a region, its landscapes, villages and tourist sites, at your own pace and freely, such is the promise of cycling.

Nos conseils pour se préparer à un voyage à vélo The equipment to be provided for a bike trip



• **Prenez votre vélo** ou optez pour la location de vélos équipés (p.14-15)
Bring your bike or opt for the rental of equipped bikes (p.14-15)



• **Voyagez léger** : utilisez des sacoches, du bikepacking ou faites appel à un service de transport de bagages
Travel light: use panniers, bikepacking or use a luggage transport service



• **Planifiez votre route** : choisir un itinéraire existant ou combiner plusieurs parcours en utilisant notre carte interactive. Plan your route : choose an existing itinerary or create your own route, using our interactive map.
Rendez-vous sur / Check out www.veloloisirprovence.com

Organisez votre voyage en fonction de votre niveau :

- **Les familles** parcourent plutôt entre 20 à 50 km par jour
- **Les habitués** de l'itinérance autour de 60-80 km par jour
- **Les plus « sportifs »** pourront parcourir jusqu'à 120 km par jour (avec une allure avoisinant les 25-30 km/h).

Si votre point de départ est différent du point d'arrivée, alors utilisez le « Louez votre vélo ici, laissez le ailleurs » et prenez un taxi ou un transport en commun pour votre retour.
Renseignez-vous auprès des loueurs de vélos.

Partez sereins : vous pouvez louer des vélos équipés (p.14-15), vous faire accompagner (p.13), organiser votre itinérance avec une agence de voyage (p.12) et trouver des bonnes adresses pour dormir, manger et faire des pauses ludiques et culturelles (p.32-33).

Osez l'aventure !

Organize your trip according to your level:

- Families travel approximately between 20 and 50 kilometers per day
- Regulars of bike trips around 60-80 km per day
- The most «athletic» can travel up to 120 kilometers per day (with a pace of around 25-30 km/h)

If your point of departure is different from the point of arrival, then use the «Rent your bike here, leave it elsewhere» and take a taxi or public transport for your return.

Check with bike rental companies.

Leave with peace of mind: you can rent equipped bikes (p.14-15), have someone accompany you (p.13), organize your roaming with a travel agency (p.12) and find good places to sleep, eat and take fun breaks and cultural (p.32-33).

Let's go for the adventure !



VOTRE AVIS NOUS INTÉRESSE
Give your opinion





LES GRANDS ITINÉRAIRES

Long travel bike rides

Tour du Verdon à vélo



4 à 7 jours
4 to 7 days
258 km
160 miles



Amateurs d'itinérance, d'aventure et de grands espaces préservés, cet itinéraire est fait pour vous ! Parcourez le Tour du Verdon, une immersion totale dans la diversité des

paysages et des ambiances de ce territoire unique. Par de petites routes pittoresques, contemplez des panoramas époustouffants, parfois impressionnants. Rejoignez la plupart des villages emblématiques du Verdon, mais aussi ses espaces plus méconnus et confidentiels. Ressentez et découvrez l'authenticité d'un territoire aux facettes multiples. Osez l'intense Verdon !

Prolongez votre séjour et profitez de la liaison jusqu'à Saint-André-les-Alpes, ville étape du Train des Pignes. L'occasion de longer le lac de Castillon et de faire étape à Castellane.

RECOMMANDATIONS :

- Ce parcours est adapté à un public habitué à l'itinérance voire sportif et ne convient pas aux familles. Sans être alpin, le territoire présente parfois des dénivelés importants.
- Planifiez vos étapes en fonction de leur difficulté ou de votre niveau. Réservez vos hébergements à l'avance (p.14 à 23).

Itinéraire balisé dans les deux sens.
GPX à télécharger sur www.veloloisirprovence.com

Are you a fan of touring? Do you love adventure and wide open spaces? Then this tour is for you! Along pretty picturesque lanes and paths, be captivated by the breath-taking views and impressive panoramas. Threading through the most characteristic villages of the Verdon but also exploring the lesser known and more secluded spots. Experience and discover the authenticity of a multi-faceted region. Dare the intense Verdon !

Extend your stay and take advantage of the connection to Saint-André-les-Alpes, a stopover town for the Train des Pignes. The opportunity to walk along the Castillon lake and stop off at Castellane.

RECOMMENDATIONS:

- This tour is not suitable for families and is recommended for cyclists who are used to strenuous cycling circuits. The region often presents a mountainous profile with severe gradients.
- Plan the tour in stages taking into account cycling experience or the level of difficulty. Plan your accommodation in advance (p.14 to 23).

signposted in both directions.

Informations auprès de Vélo Loisir Provence :
www.veloloisirprovence.com



À vélo au fil de l'eau

Succombez à cette charmante randonnée à la rencontre des merveilles de l'ouest-Verdon : les majestueux lacs d'Esparron et de Sainte-Croix, ceux plus confidentiels de Montpezat et de Saint-laurent, sans oublier leur trait d'union, les paisibles basses gorges. Le carnet de route vous suggère des étapes pour parcourir l'itinéraire sur 3 ou 4 jours, vous livre les pauses incontournables, les bonnes informations logistiques, et vous permet de comprendre ce territoire chargé d'une histoire singulière. Retrouvez le carnet de route sur : www.veloloisirprovence.com.



CYCLING BY THE WATER'S EDGE

Enjoy this charming bike ride and take in the splendours of Provence's Verdon region: the majestic Lac d'Esparron and Lac Sainte-Croix, the less well-known Lac de Montpezat and Lac Saint-Laurent and, of course, the peaceful lower gorges which link them. The route guide includes suggested stages to enable you to cover the route in 3 or 4 days, details of unmissable stops along the way, useful logistical information, and an insight into this region and its unique history. Find it online at: www.veloloisirprovence.com.



Non balisé
Non sign-posted
3 à 4 jours
3 to 4 days
135 km
88 miles



ENFOURCHEZ VOTRE VÉLO ET EXPLOREZ LES MERVEILLES DU VERDON !

Découvrez les paysages grandioses du Verdon à votre rythme grâce à 13 balades à vélo courtes et faciles, parfaites pour les débutants.

Laissez vous envouter par des panoramas à couper le souffle, où villages de charme et nature préservée se rencontrent. En famille ou entre amis, vivez une expérience inoubliable à vélo au coeur de la Provence !

GET ON YOUR BIKE AND EXPLORE THE WONDERS OF THE VERDON !

Discover the grandiose landscapes of the Verdon of your own pace thanks to 13 short and easy bike rides, perfect for beginners. Let yourself be enchanted by breathtaking panoramas, where charming villages and preserved nature meet. With family or friends, enjoy an unforgettable cycling experience in the heart of Provence !

www.veloloisirprovence.com

Agences de voyages, des séjours sur mesure

Travel Agencies, Custom-made journey

Votre séjour à vélo sur mesure

Your custom-made bike journey

CHEMINS DU SUD
04 90 09 06 06
infos@cheminsdusud.com
www.cheminsdusud.com



40 ans d'expérience en Provence, et dans le Verdon. Des séjours personnalisés, une flexibilité appréciée. Du lac Sainte Croix au plateau de Valensole (et ses lavandes), itinéraires pittoresques et très peu fréquentés par les basses gorges, le Verdon accessible à tous ! Écoute, sympathie et réactivité. Entreprise SCOP (Economie Sociale et Solidaire).

40 years of experience in Provence, and in the Verdon. Personalized stays, appreciated flexibility. From Lac Sainte Croix to the Valensole plateau (and its lavender), picturesque and very little frequented routes: through the lower gorges, the Verdon accessible to all! Listening, sympathy and responsiveness. Company SCOP (Social and Solidarity Economy)



La Méditerranée à vélo : Echappées en terres du Sud !

La Méditerranée à vélo est la partie française de l'EuroVelo 8 qui relie 11 pays européens, de l'Espagne à Chypre sur 7 350 km.

Il connecte les Parcs du Luberon et du Verdon, rejoignant ce dernier à Sillans-la-Cascade, et continue le long d'une ancienne voie ferrée du train « le Varois ». Dans les Alpes de Haute-Provence, l'itinéraire est balisé sur des voies partagées jusqu'à Manosque, et une liaison en TER est proposée pour rejoindre Meyrargues et poursuivre le parcours.

www.lamediterraneeavelo.com

The Mediterranean route : Get away in southern lands!

The Mediterranean route is the French section of EuroVelo 8 that connects 11 European countries, from Spain to Cyprus for a distance of 7 350 km (3 658 miles).

It links the Luberon and Verdon regional natural Parks, joining the latter in Sillans-la-Cascade, and follows the former «le Varois» Train railway.

In Alpes de Haute-Provence, the route is marked on shared roads until Manosque, and a train transfer is proposed to join Meyrargues and continue the ride.



Guides accompagnateurs Accompanying guides

Ils connaissent leurs territoires, maîtrisent la pratique du vélo pour vous proposer un parcours adapté sur route ou chemin.

C'est la garantie de moments conviviaux, de petites anecdotes... et c'est techniquement rassurant !

They know their district, manage the practicalities of cycling to propose cycling tours adapted to your requirements, on road or mountain bikes.

A guarantee for friendly and memorable moments and it's technically reassuring.



GRÉOUX-LES-BAINS - 04800

ANTOINE RIFFAUD
7 place de l'Hotel de ville
06 76 72 02 42 - 04 92 78 01 08

06 81 00 33 98 (réservation/booking)

a.riffaud@tourisme-dlva.fr

VTT Provence Verdon

Passionné de cyclisme sous toutes ses formes, grand connaisseur et pratiquant assidu de VTT, Antoine s'adapte à votre niveau, à vos envies et vous propose une belle découverte du Verdon, sur route, sur sentier, et en dehors des sentiers battus ! Balade sur mesure possible.

Passionate about all type of cycling, Antoine, who practices mountain bike on a regular basis, will share his passion for the Verdon with you and will adapt his tours according to your level, your wishes on road, path or off the beaten track. Customised tour possible.

GB



LA PALUD-SUR-VERDON - 04120

GUILLAUME CAUVIN
VERDON.E. BIKE
3 rue Grande

06 88 10 91 73
verdonebike@gmail.com
verdonebike.com

Envie d'évasion cycliste autour des Gorges du Verdon, laissez-vous guider par un moniteur diplômé à travers de magnifiques routes, chemins ou sentiers.

Pratiquant assidu disposant d'une grande connaissance de son terrain de jeux, Guillaume sera en mesure d'adapter le programme en fonction de vos souhaits et de votre niveau.

Renseignements par téléphone. Uniquement sur réservation. You want a cycling escape around the Gorges du Verdon, let a qualified instructor guide you through magnificent roads, paths or trails.

Assiduous practitioner with a great knowledge of my playground, Guillaume will be able to adapt the program according to your wishes and your level.

Information by phone. Only by reservation.



SAINT ANTONIN DU VAR - 83510

JEAN CLAUDE FICHERA
06 45 55 36 95
jc.fichera@naturevasion.com

www.naturevasion.com/velo-rando-location

Jean Claude vous accompagne au départ de Saint Antonin du Var en navette puis à EVTT ou EVTC pour vous faire découvrir le Verdon à votre rythme et en toute convivialité. Circuits sur mesure en fonction du niveau du groupe. Cette offre se décline en solo ou complète un séjour vélo encadré autour de Draguignan, Salernes, Villecrozes et Tourtour.

Jean-Claude will accompany you from Saint Antonin du Var by shuttle bus first and then by EVTT or EVTC to make you discover the Verdon at your own pace and in a friendly atmosphere. Tailor-made tous to suit the level of the group. This offer is available solo or as part of a supervised cycling holiday around Draguignan, Salernes, Villecrozes and Tourtour.





Louer et réparer des vélos Bike rental and repair



Besoin d'un vélo route, VTC ou VTT, mais aussi d'une remorque pour enfants, sièges, ou sacoches ? Envie de parcourir l'un des itinéraires les plus spectaculaires du Verdon au guidon d'un vélo à assistance électrique ? Les loueurs ont de quoi répondre à vos besoins.

In need of an all-roads bike, an hybrid bike or a mountain bike, but also a child trailer, child seat or saddlebags? Want to ride one of the most spectacular Verdon routes within an electrically assisted bike? The bike rental companies can cater for all your needs.

LA PALUD-SUR-VERDON - 04120

VERDON.E.BIKE

3 rue Grande
06 88 10 91 73
verdonebike@gmail.com
verdonebike.com

Location de vélos à assistance électrique pour parcourir l'incontournable route des crêtes. Location de VTTAE avec ou sans accompagnateur.

E-bikes rental to ride the unavoidable ridge road. E-mountain bike renting with or without bike guide.

Boucle à vélo de 24 km au départ de La Palud-sur-Verdon pour découvrir les plus beaux points de vue sur les Gorges du Verdon.

Cycling loop of 24 km from La Palud-sur-Verdon to discover the most beautiful points of view on the Verdon Gorges.



*** Tarifs différents selon le type de vélo, la gamme et les services proposés / Different rates depending on the type and the style of bike but also the services offered.**

Plus de détails sur / More details on
www.veloloisirprovence.com

MOUSTIERS-SAINTE-MARIE - 04360

EBIKE MOUSTIERS

D952 Garage Achard
06 11 53 13 86
contact@ebikemoustiers.fr
www.ebikemoustiers.fr

Location de vélos à assistance électrique aux portes des Gorges du Verdon. Nombreux circuits à télécharger pour un guidage par GPS tout au long du parcours. Réparation. Livraison.

Electric bikes rental near the Verdon Gorges. Many tours are available for download and to find easily your route with a GPS. Repair. Delivery available on request.

Tarifs dégressifs à la durée. Price reductions depending on length of time.



Possibilité réparation

SAINT-ANTONIN-DU-VAR - 83510

NATUREVASION/ VÉLO CONCEPT STORE

93 route de Carcès

06 45 55 36 95

jc.fichera@naturevasion.com

www.naturevasion.com/velo-rando-location

www.naturevasion.com/velo-concept-store



Location (réservations en ligne) tous types de vélos : VTT et EVTT semi-rigides et tout suspendus, VTC et EVTC, vélos de course, vélos enfants, vélos suiveurs, carrioles ; Marque TREK essentiellement.

Livraisons. Situé à 4 km de l'EV8/ la Méditerranée à vélo.

Réparations tous types de vélos. Certification BOSCH - SHIMANO. Ouvert toute l'année (sauf janvier). 2 moniteurs diplômés, dont 1 anglophone.

Bike-Park sur place, réservations en ligne : 2.8km de pistes aménagées en forêt à partir de 6 ans, différents niveaux pour progresser

Bikes rentals (online booking) : semi rigid and full suspension mountain bikes and electric bikes, racing bikes, children's bikes, trail bike, trailers ; TREK brand mainly.

Deliveries. Located at 4 km the Mediterranean cycling path, EV8. Repairs on all types of bikes. BOSCH - SHIMANO certifications. Open all year round (except January)

2 qualified instructors, 1 english-speaking.

Bike-Park on site, online bookings ; 2.8km of trails in the forest, from 6 years, different levels to progress

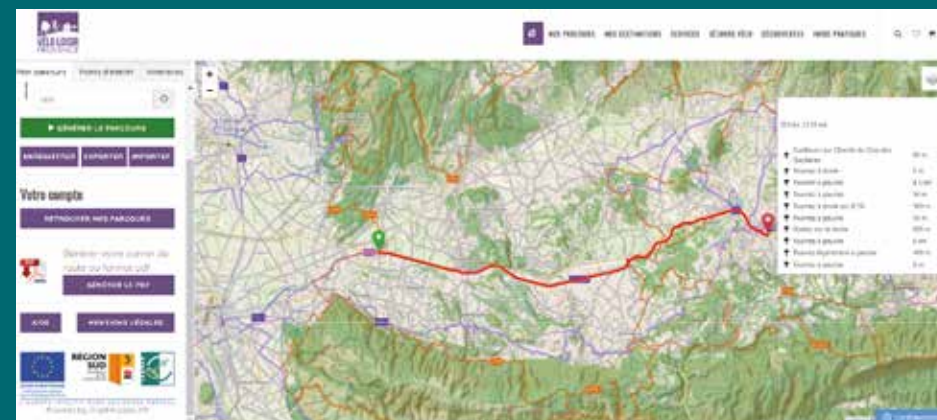


CARTE INTERACTIVE

Découvrez notre outil gratuit et facile d'accès pour créer **votre itinéraire vélo** dans le **Luberon et le Verdon** en quelques clics !

INTERACTIVE MAP

Discover our free and easy-to-access tool to create **your cycling itinerary in the Luberon and the Verdon** in a few clicks!

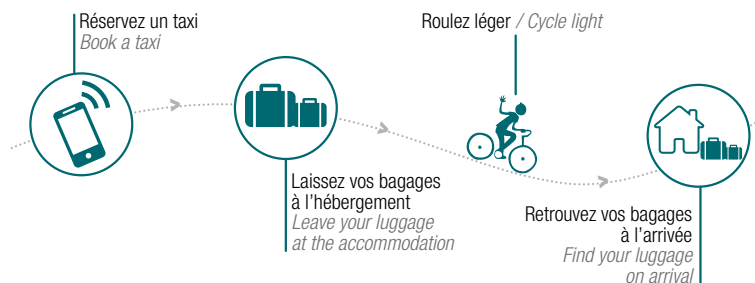


Transport de bagages, personnes et vélos

Transportation for luggage, people and bicycles

VTC- SECTEUR VERDON

VT CLASS
Magali MINSON
06 02 13 06 12
minsonmagali@gmail.com
<https://vtclassrennes.fr/leverdon>



Événements vélo et VTT 2025

Cycle and mountain bike events



FÉVRIER

13 au 16 février 2025 : Tour Cycliste de la Provence
(passage à Manosque le samedi 15 février)

MAI

18 mai 2025 : Cyclo sportive Les Boucles du Verdon à Gréoux-les-Bains

JUIN

29 juin au 4 juillet 2025 : Grand Rallye VTT TransVerdon, des sources au gorges du Verdon

Juin 2025 : MTB Festival / Val d'Allos

28 juin 2025 : Cyclo sportive La Provençale à Manosque

Juin à Septembre 2025 : Cols réservés dans les Alpes de Haute Provence

SEPTEMBRE

7 septembre 2025 : Cyclo sportive Alpes Verdon Tour à Castellane

20 au 21 septembre : Festival de la Rando & de l'Outdoor à Digne-les-Bains, Seyne-les-Alpes et Moustiers-Ste-Marie

26 septembre : route des crêtes réservée aux vélos – Lapalud sur Verdon

NOVEMBRE

11 novembre 2025 : Rando d'Or La Verdon des Collines à Gréoux-les-Bains

DÉCEMBRE

Rallye VTT de Noël à Manosque



Balisages



balisage permanent / signpost all year round

Suivre les panneaux indicateurs qui jalonnent les itinéraires / the itineraries are marked out by road signs

Tour du Verdon 258 km



La Méditerranée à vélo - 850 km



Les hautes vallées 72 km



Verdon et Vaire 71 km



Belvédères du Verdon 57km



Grand Canyon 60km



La Romaine 47 km



Lacs du Verdon 74km



Plateau de Valensole 53 km



Les Plateau du Bas-Verdon 57km



Les Barrages du Verdon 65 km



Terres, truffes et cascades 35 km



Les Gorges du Verdon 95 km



Les Balcons du Haut-Var 54 km



Le Toit du Var 71 km



Légende Key

Accessible personnes à mobilité réduite / Access to people with reduced mobility

Nombre d'emplacements tente, caravane, camping-car
Number of pitches, caravan, camping-car

Nombre de locatifs équipés
Number of mobil-home, chalet, equipped tent, yurt

Nombre de location saisonnière
Number of self-catering gîte

Nombre de chambres
Number of bedrooms

Capacité totale d'accueil
Total capacity

Chargeurs Bosch
Bosch Battery and chargers

VTC / Hybrid bike

VTT / Mountain bike

Vélo assistance électrique
Electrically powered bike

VTT assistance électrique
Mountain electrically powered bike

Hébergement

Restauration
Restaurant

Site culturel
Cultural site

Cave / Wine cellar

Produits du terroir
Local products

Loisirs / Leisure

Qualité Tourisme

Valeurs Parc naturel régional

Classement
Clé vacances

Classement
Gîte de France

Association française des maîtres restaurateurs

Hôtel au naturel

Autoroute / Highway

Bus / Bus

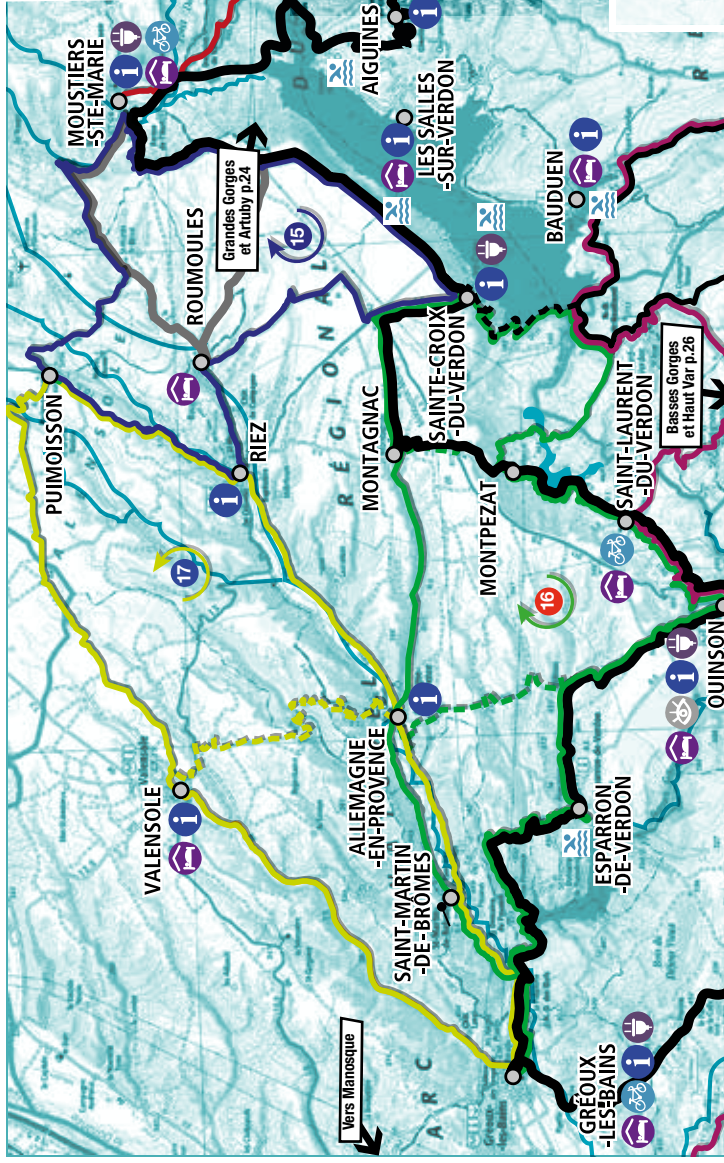
Train / Train

Baignade

Loueur de vélos
Bike rental

Réparation / Repair

Office de Tourisme
Tourist Office



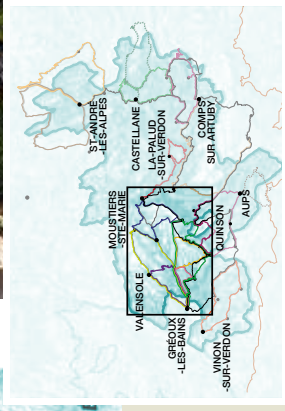
- 17 Plateau de Valensole** - 53 km
D+ 433m - niveau intermédiaire
- 15 La Romaine** - 45 km - D+ 406 m
- niveau intermédiaire
- 16 Lacs du Verdon** - 74 km
D+ 1045 m - niveau confirmé

— **Tour du Verdon** - variante pour contourner la « 16 »

* itinéraire en cours de révision, balisage et tracé susceptibles d'évoluer



Sources : P.N.R.L., BD Cartho, BD Alti, Scan 100
BaseDeDonnées@IGN PPAR 2014, 2020
Cartographie : N. PETIT-SIT-PNR-PACA



**BOULES
CYCLOTOURISTIQUES
DES ALPES DE HAUTE-
PROVENCE
ALPES DE HAUTE-
PROVENCE CYCLE MAP**

17 itinéraires balisés et 19 cols bornes pour sillonner ce beau département dans toute sa diversité, entre Luberon, Verdon, Haute-Provence et Ubaye. Carte disponible dans les offices de tourisme et traces GPX à télécharger à l'adresse ci-dessous.

Explore the 17 itineraries and 19 marked cols to ride through this beautiful and varied department, between Luberon, Verdon, upper-Provence and Ubaye. Map available in tourist offices and GPX to download at the link below.

RANDO
HAUTE-ALPES-HAUTE-PROVENCE
www.tourisme-alpes-haute-provence.com/velo



Alpes de Haute Provence
premier département
Territoire vélo par la Fédération
française de
cyclo tourisme
VÉLO
TERRITOIRE

Retrouvez toutes les bonnes adresses : hébergements et restaurants / accommodations & restaurants p 32-33

**i Office de tourisme de Gréoux les
bains**
www.paysdemanosque.com
04 92 78 01 08



**HAUTE-PROVENCE
DURANCE**

**MUSÉE DE PRÉHISTOIRE
DES GORGES DU VERDON**
Route de Montmeyan
04 92 74 09 59
contact@museeprehistoire.com
www.museeprehistoire.com



Agence de voyages / Travel agency: p.12
Accompagnateur / Guide: p.13
Loueur et réparateur de vélos /
Bike rental and repair: p.14-15

**i Office de Tourisme Moustiers
-Sainte-Marie**
04 92 74 67 84
www.moustiers.fr



**Office de tourisme Sainte-Croix-
du-Verdon**
04 92 77 85 29
www.steicroixduverdon-tourisme.fr

**i Office de tourisme Sainte-Croix-
du-Verdon**
04 92 77 85 29
www.steicroixduverdon-tourisme.fr



**Entre Plateau, Lacs et Basses
Gorges**

Enivrez-vous sur les routes colorées du Plateau de Valensole ou longez les eaux paisibles du Verdon entre les basses gorges et le lac d'Esparron-de-Verdon. Le charme des villages traversés vous invite à faire halte... alors ne résistez pas à la tentation de poser pied à terre.

**Along Plateau, lakes and lower
gorges**

Get intoxicated by the colourful roads of the Plateau de Valensole or follow the peaceful waters of the Verdon between the low gorges and the Esparron-de-Verdon lake. The charm of the villages you pass through invites you to make a stop... so don't resist the temptation to set foot on the ground.



Alpes de Haute Provence
premier département
Territoire vélo par la Fédération
française de
cyclo tourisme
VÉLO
TERRITOIRE

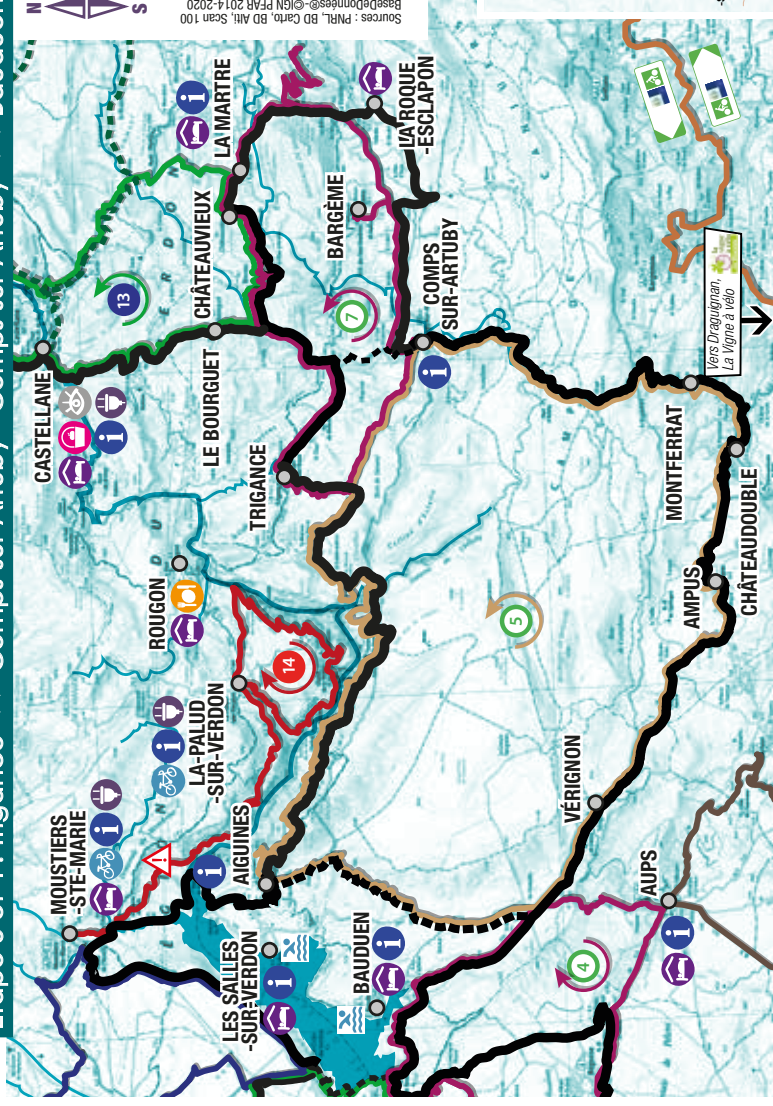


TOUR DU VERDON



ÉTAPE 2 : Moustiers-Sainte-Marie <-> Trigance

Étape 3 et 4 : Trigance <-> Comps-sur-Artuby - Comps-sur-Artuby <-> Bauduen



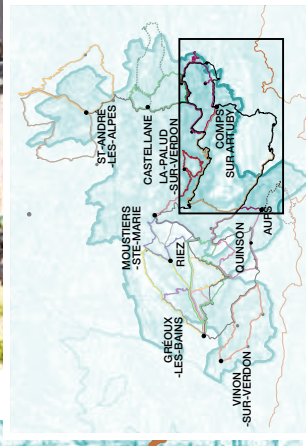
— **4** **Grand Canyon** (en « lasso » au départ de Moustiers) - 60 km - D+ 1355 m - niveau sportif
 — **5** **Les Gorges du Verdon** - 98 km - D+ 1706 m - niveau sportif

— **6** **Le Toit du Var** - 71 km - D+ 1415 m - niveau sportif
 — **7** **Belvédères du Verdon** - 57 km - D+ 1180 m - niveau confirmé

— **8** **Les barrages du Verdon** - 65 km - D+ 581 m - niveau intermédiaire
 — **9** **La Méditerranée à vélo** - 850 km
 — **10** **Tour du Verdon** - 258 km - D+ 4000 m - niveau confirmé

— **11** **Terres, truffes et cascades** : 35 km - D+ 400 m - niveau intermédiaire
 — **12** **Route fréquentée en saison estivale / Road traffic in summer**

Sources : PMRL, BD Cartho, BD Alti, Scan 1020
 BaseDonnées ©IGN FRA 2014-2020
 Cartographie : N. PETIT, SIT-PMF-PACA



Grandes Gorges et Artuby

Juchées jusqu'à 700 mètres au-dessus des eaux, les spectaculaires routes des gorges et des crêtes offrent aux cyclistes des itinéraires exceptionnels, à condition de les parcourir hors saison. Au sud-est, l'Artuby étend ses vertes vallées et ses superbes villages perchés, propices à une découverte tout en douceur.

Perched up to 700 meters above the waters, the breathtaking gorges and ridge roads offer exceptional routes for cyclists, provided you come in the low season. To the Southeast, the Artuby region stretches its high wooded valleys and its beautiful perched villages, a perfect scenery for a smooth discovery.

Un « musée à ciel ouvert »

Le vélo est idéal pour parcourir la Réserve Géologique de Haute-Provence, véritable musée à ciel ouvert. Si le relief est plus marqué, chacun peut à son rythme profiter de la beauté des sites géologiques et paysages. Promis, ça vaut vraiment le coup de pédaler.

An « outdoor museum »

Cycling is ideal to explore the Haute-Provence Geological Reserve, a real outdoor museum. Although the relief is more pronounced, everyone can enjoy the beauty of the geological sites and landscapes at their own pace. Promised, it's really worth pedalling for.

Plus d'informations / More information:
www.aventuregéologique.com

À VISITER / Cultural site

CASTELLANE - 04120

MAISON NATURE & PATRIMOINES

2 place de l'Eglise

04 92 83 19 23

musee@castellane-verdon.com

www.maison-nature-patrimoines.com



La Vigne à vélo

Depuis la gare SNCF des Arcs sur Argens, l'itinéraire permet de rejoindre les gorges de Châteaudouble sur 28 km de voies vertes et véloroutes. Vignobles, forêts, villages et musées à découvrir à votre rythme. A Draguignan, la jonction se fait avec l'Euro Vélo 8 « La Méditerranée à Vélo ».

Vigne à Vélo cycling route

The route links Les Arcs sur Argens train station, to Châteaudouble gorges over a distance of 28 kms. Discover at your own pace wine estates, woodlands, villages and museums. Draguignan section is linked to EuroVelo 8.



Lacs et Gorges du Verdon

Tourisme

04 94 70 21 64

tourisme@cclgv.fr

www.lacs-gorges-verdon.fr



Dracénie Provence Verdon

Tourisme

04 98 10 51 05

tourisme@dracenie.com

www.tourisme.dracenie.com

DESTINATION

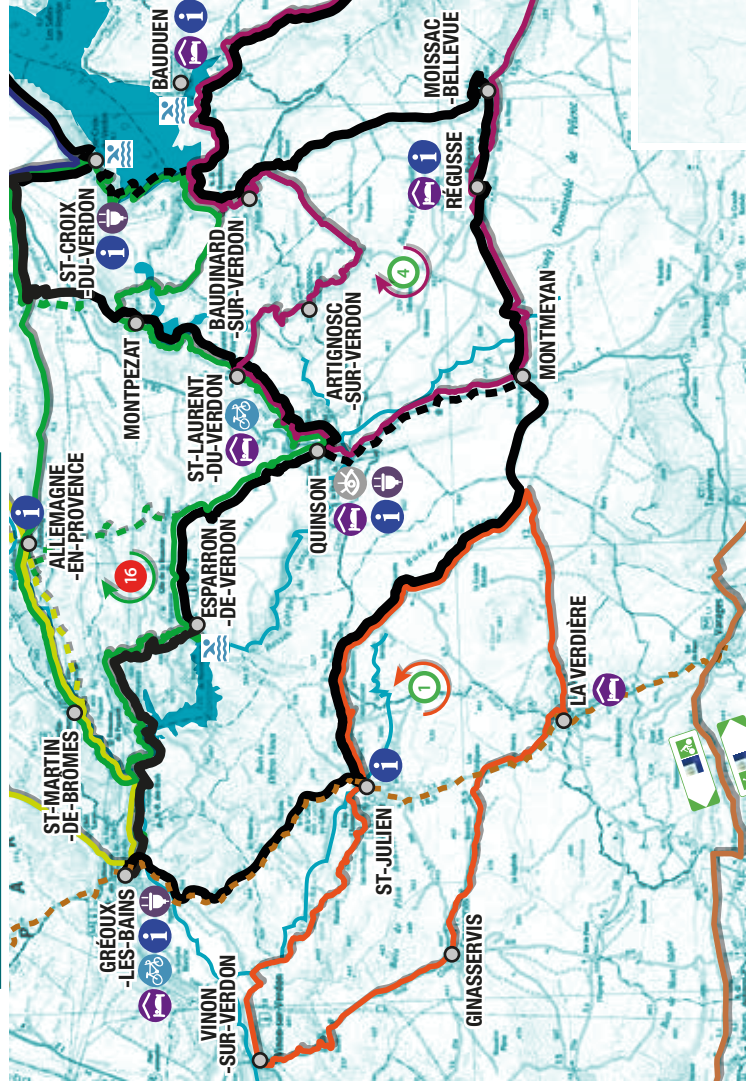
DRACENIE PROVENCE



TOUR DU VERDON



Étape 5 : Bauduen <=> Gréoux-les-Bains



- **Les Barrages du Verdon**
- 65 km - D+ 890 m - niveau confirmé
- **Les Plateaux du Bas-Verdon**
- 57 km - D+ 581 m - niveau intermédiaire
- **Tour du Verdon** - 258 km - D+ 4000m - niveau confirmé
- **Lacs du verdon** - 74km - D+4000m - niveau confirmé
- **La Méditerranée à vélo** : 850 km
- **Terres, truffes et cascades** : 35 km / D+ 400m - niveau intermédiaire



BASSES GORGES ET HAUT-Var

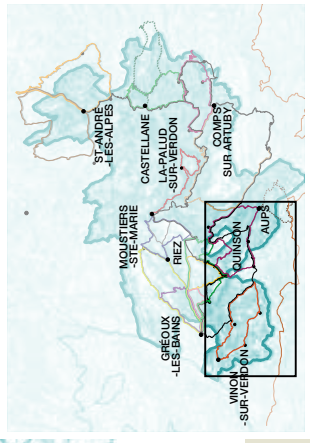
En aval du lac de Sainte-Croix, le Verdon coule paisiblement au cœur des basses gorges. De méandres en petits lacs, c'est un territoire chargé d'histoire, qui laisse progressivement sa place aux collines boisées du Haut-Var, parsemées de petites routes tranquilles, lorsque l'on oblique au sud.

Downstream of Sainte-Croix lake, the Verdon river runs peacefully amid the lower gorges. From meanders to small lakes, this territory has a rich history and gives way to endless hills of the upper-Var as you turn to the south.

i **Provence Verte et Verdon**
Tourisme

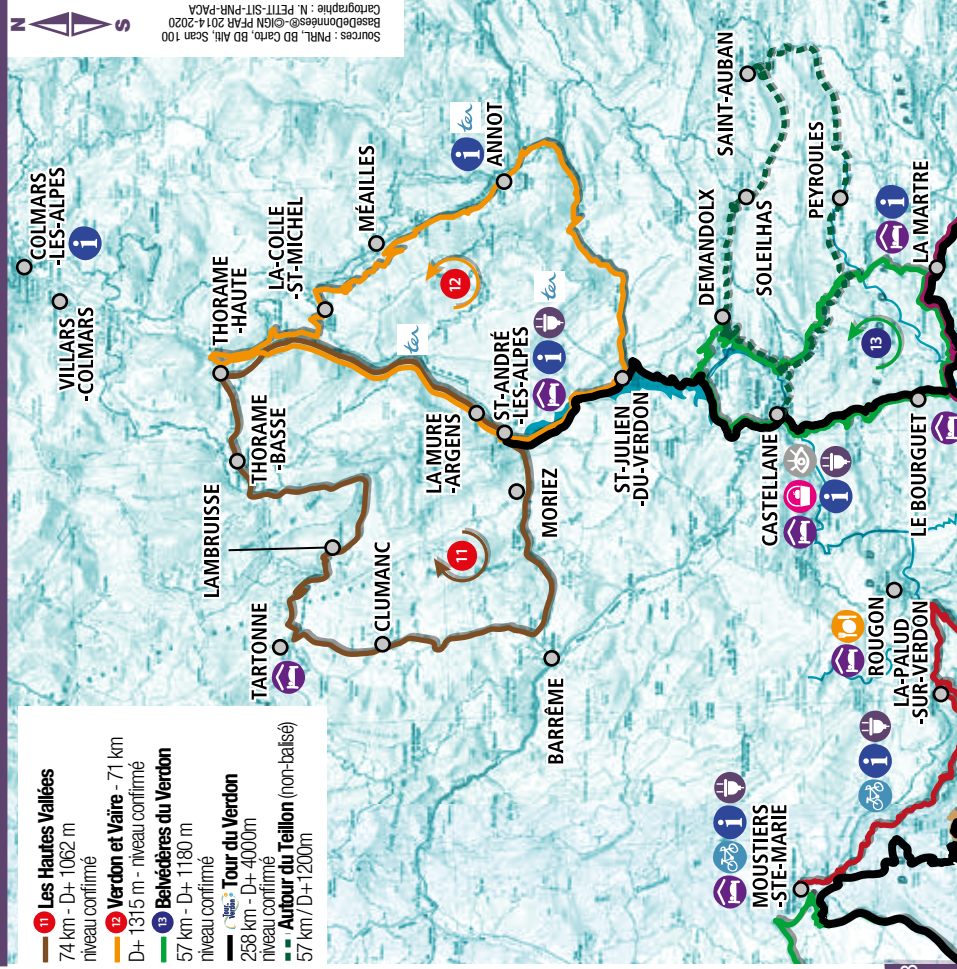
04 94 72 04 21

www.la-provence-verte.net



Retrouvez toutes les bonnes adresses : hébergements et restaurants / accommodations & restaurants p 32-33

HAUT ET MOYEN VERDON – LIAISON TOUR DU VERDON



— **Les Hautes Vallées**
74 km - D+ 1062 m
niveau confirmé

— **Verdon et Vaire** - 71 km
D+ 1315 m - niveau confirmé

— **Belvédères du Verdon**
57 km - D+ 1180 m
niveau confirmé

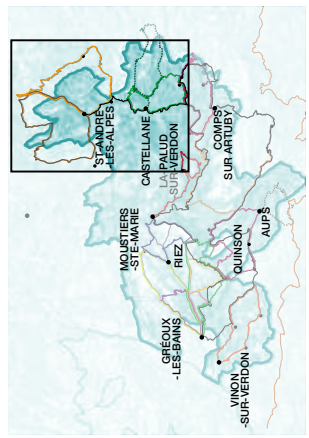
— **Tour du Verdon**
258 km - D+ 4000m
niveau confirmé

— **Autour du Teillon** (non-balsé)
57 km / D+ 1200m

HAUT ET MOYEN VERDON

A quelques pas du Mercantour, dans le massif de la Sestrière, le Verdon prend sa source à 2400 mètres d'altitude, se fraie un chemin au fil des vallées, rejoint le lac de Castillon avant de s'engouffrer dans les gorges à partir de Castellane. Superbes paysages de montagne, sommets éternellement enneigés, cols cyclistes légendaires... Bienvenue dans les Alpes du Sud !

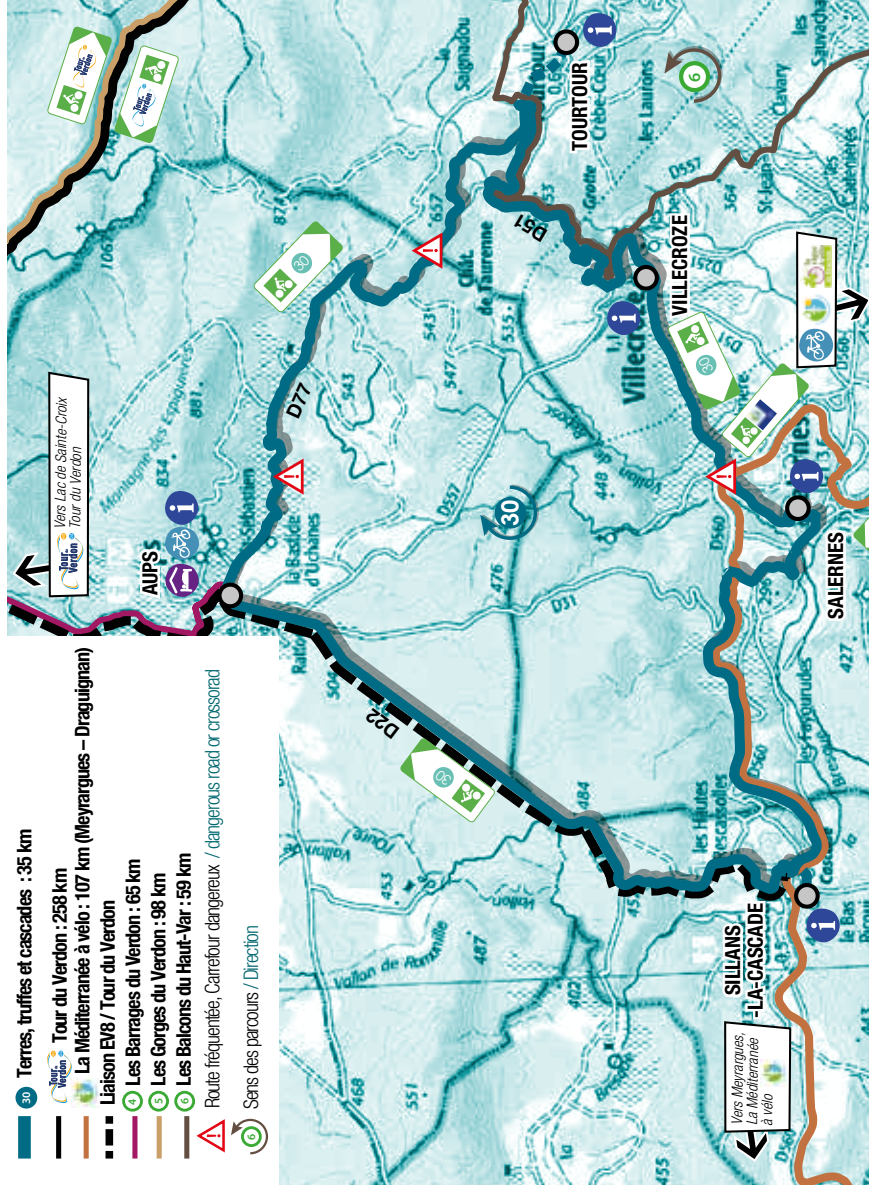
Not far from Allos, in the Sestrière mountain, the Verdon river has its source at 2400m. It then finds its way through valleys before reaching the Castillon lake and rushing into the canyon from Castellane. Splendid mountain landscapes, permanently snowcovered summits, famous cycling passes... Welcome to the southern Alps



TERRES, TRUFFES ET CASCADES 30



- 30 Terres, truffes et cascades : 35 km
- Tour du Verdon : 258 km
- La Méditerranée à vélo : 107 km (Meyrargues – Draguignan)
- Liaison EV6 / Tour du Verdon
- Les Barrages du Verdon : 65 km
- Les Gorges du Verdon : 98 km
- Les Balcons du Haut-Var : 59 km
- Route fréquentée, Carrefour dangereux / dangerous road or crossroad
- SENS DES PARCOURS / Direction



Entre Dracénie et Verdon, pédalez à la découverte des richesses du Haut-Var. Sur votre route, villages colorés et sites naturels remarquables, mais aussi producteurs locaux et sites de visite invitant à éveiller vos sens... car si le Var est une terre de vélo, c'est aussi un terroir et des savoir-faire, vous promettant une expérience unique.

Between Dracénie and Verdon, explore the riches of the Haut-Var. On your way, colourful villages and remarkable natural sites, but also local producers and visiting sites inviting you to awaken your senses... because if the Var is a land of cycling, it is also a terroir and know-how promising an unique experience.



CABANONS ET PIGEONNIERS NON-BALISÉS

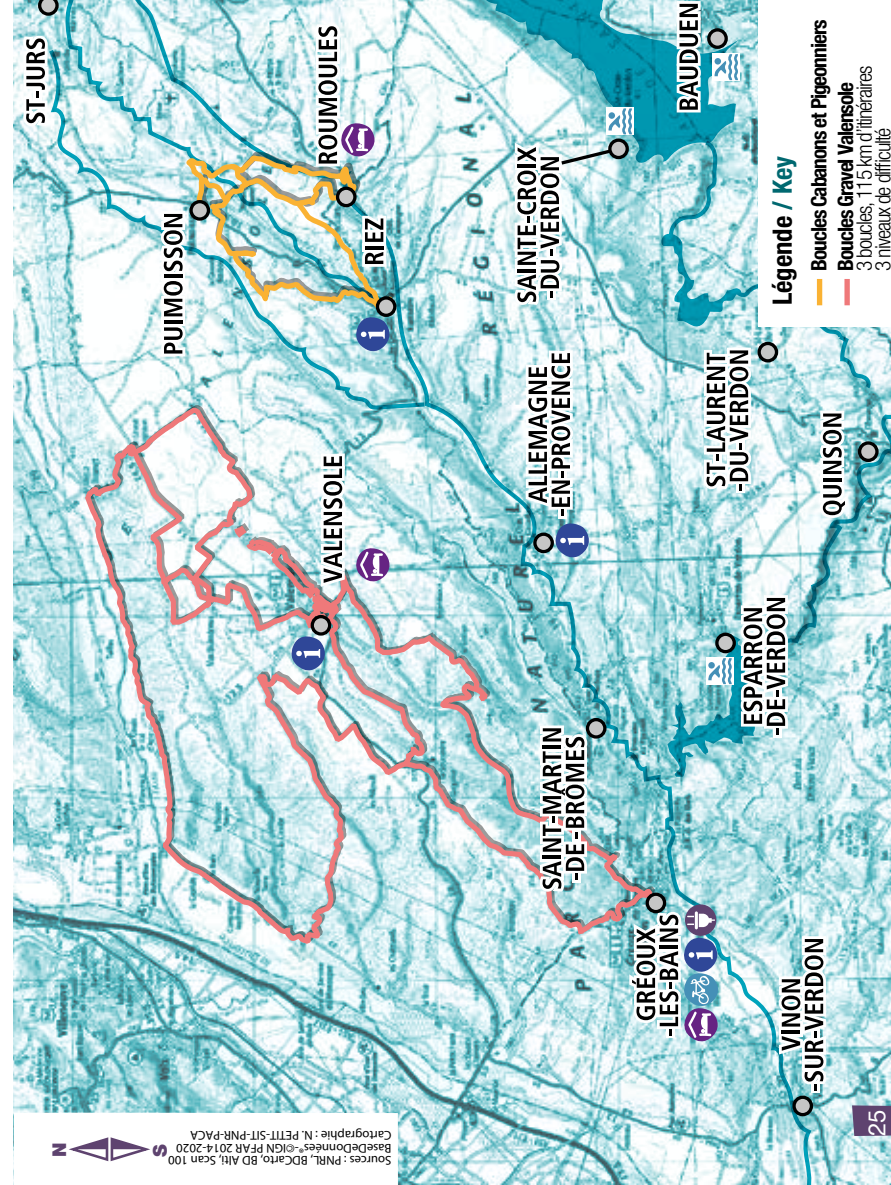


Circuits vélo tout chemin

CABANONS ET PIGEONNIERS DU PLATEAU PLATEAU'S PROVENCAL HUTS AND DOVECOTES

Par une succession harmonieuse de chemins caillouteux, de pistes roulautes et de petites routes tranquilles, deux itinéraires VTC (journée/demi-journée) vous emmènent à la découverte du riche patrimoine bâti du plateau de Valensole, au départ de Riez, Puimoisson ou Roumoules.

By a harmonious succession of rocky paths, rolling tracks and quiet roads, 2 mountain and hybrid bike loops (daytime/half-day) take you to the discovery of the rich building heritage of Valensole plateau, departing from Riez, Puimoisson or Roumoules.



Légende / Key

- Boucles Cabanons et Pigeonniers
- Boucles Gravel Valensole
- 3 boucles, 115 km d'itinéraires
- 3 niveaux de difficulté



Vous avez dit Tout Terrain ?

Le Verdon dispose d'un réseau de sentiers exceptionnels et variés pour les vététistes.

Des sommets alpins aux plateaux rocaillieux, des collines boisées aux crêtes aériennes, des rives de lacs émeraude aux singles en fond de vallons, l'expérience tout terrain promet une immersion au cœur de ce que le Verdon a de plus grandiose à offrir.

Pas moins de 3 sites labellisés proposent un panel de circuits balisés par difficultés, ainsi que des services spécialisés : le site VTT-FFC Provence Verdon, le site VTT-FFC Des Sources aux Gorges du Verdon et le domaine VTT-FFC-FFC Provence Alpes. Amateurs comme riders expérimentés trouveront parcours à leur niveau.

Pour les plus aguerris en quête d'aventure sur plusieurs jours, deux Grandes Traversée VTT épiques et physiques empruntent les plus beaux sentiers de la région : la TransVerdon et les Chemins du Soleil.

Did you say "Mountain Bike"?

The Verdon have an unique network of varied trails for mountain bikers. From alpine peaks to rocky plateaus, wooded hills to aerial ridges, from the shores of emerald lakes to playful singletracks, mountain-bike is an experience not to be missed.

No less than 3 mountain-biking areas offer a panel of marked trail of different level, as well as bike services : « site VTT-FFC Provence Verdon », « site VTT-FFC Des Sources aux Gorges du Verdon » and « VTT-FFC-FFC Provence Alpes ». Amateurs as experienced riders will find tour fitting to their level.

The more hardened cyclists in search of adventure over several days may ride two epic and physical trek through the most scenic trails in the area : « TransVerdon » and « Chemins du Soleil ».

QUELQUES CONSEILS...

- Restez sur les itinéraires balisés et respectez l'environnement
- Portez un casque, ne surestimez pas vos capacités, maîtrisez votre vitesse
 - Contournez les troupeaux en pâturage et me renseigne sur les bons réflexes à adopter face aux chiens de protection
- Respectez les propriétés privées et zones de culture,
- Renseignez-vous sur les conditions et la réglementation d'accès aux massifs forestiers (risque incendie !).
- Laissez la priorité aux randonneurs et cavaliers et soyez courtois

A FEW WORDS OF ADVICE...

- Stay on marked trails and respect environnement
- Wear a helmet, never over estimate your capabilities, control your speed
 - Keep a distance with grazing herds and learn about the right reflexes to adopt when dealing with protective dogs
- Respect private properties and crops
- Get informed about access and reglementation in forest area (fire risk)
- Give priority to hikers and horse-riders



CONNAISSEZ-VOUS LES SITES VTT-FFC ?

Ce sont des territoires qui proposent une offre VTT de qualité et s'adressant à un public varié. Il s'agit, au minimum, de 100 km de sentiers balisés et entretenus, répartis selon 4 niveaux de difficultés (vert - bleu - rouge - noir) ; une diversité qui permet de passer plusieurs jours sur un même site sans s'ennuyer !

On trouve dans chaque espace VTT-FFC :

- Un point d'accueil,
- Un point de lavage,
- Des panneaux de départ des circuits,
- De l'outillage pour les petites réparations,
- Des cartes disponibles dans les points d'accueil touristique des communes concernées.

Le verdon dispose de 3 espaces VTT-FFC de grande qualité : Des sources aux Gorges du Verdon, Provence Verdon et Provence Alpes, totalisant près de 2000 km de sentiers variés sur lesquels chacun pourra trouver son bonheur.

DO YOU KNOW THE MOUNTAIN BIKE SITES?

These areas provide for mountain biking of quality and also appeal to a wider public. Made up of a minimum of 100 km / 62 miles of marked and sign-posted paths and trails, in 4 category levels of difficulty (green - blue - red - black) they offer such a variety that there is more than enough diversity and interest to warrant several days spent in the same area!

Each VTT-FFC area comprises:

- A reception area,
- A bike-wash and cleaning area,
- Sign-posted circuit departure points,
- Minor repair tool kits,
- Maps available from the applicable local town Tourist Information centres.

The Verdon has much to offer: 3 VTT-FFC zones of which one was the first to be established in France (the Haut-Verdon, Val d'Allos), and the newborn «Provence Verdon» and «Provence Alpes». 1100 km / 683 miles across 18 villages.

LES GRANDES TRAVERSÉES VTT LONG TRAVEL MOUNTAIN BIKE RIDES

OPTEZ POUR DE MYTHIQUES VOYAGES À VTT !

Elles sont 2 à sillonner le territoire, et non des moindres. **La TransVerdon** vous emmène des massifs alpins du Val d'Allos, non loin de la source du Verdon, jusqu'à proximité de sa confluence avec la Durance, à Gréoux-les-Bains. Le long des 260 kilomètres de ce spectaculaire itinéraire, vous traversez de superbes paysages de montagne, dominez les gorges et joutez les grands lacs. Inoubliable !

La TranVerdon est également accessible en VTTAE

Empruntant les mêmes sentiers de Thorame-Basse à Castellane, les légendaires **Chemins du Soleil** vous transportent de Thonon les Bains à Nice, le long de 1400 km de sentiers dont 175 km dans les Alpes de Haute Provence. Un voyage physique, technique et résolument ludique !

www.vtopo.fr

Ces deux itinéraires, à parcourir tout ou partie, sont d'un niveau technique important. Ils requièrent une grande habitude de la pratique et une excellente condition physique. N'hésitez pas à nous contacter pour plus de renseignements.

Retrouvez les topos et les traces GPS sur : www.rando-alpes-haute-provence.fr et www.francevelotourisme.com



GO FOR A LEGENDARY MOUNTAIN BIKE JOURNEY!

There are 2 routes which criss-cross the region. **The "Trans Verdon"** will take you from the alpine massive of the Val d'Allos, not far from the source of the Verdon, all the way to its confluence with the Durance at Gréoux-les-Bains. Along the 260 km / 163 miles of this spectacular itinerary, you will cross superb mountain country-side, dominated by the gorges and juxtaposed with the great lakes of the region. Unforgettable!

An adapted track exist for electrically-powered MTB.

Taking the same path from Thorame-Basse to Castellane, the legendary **"Chemins du Soleil"** (sunny lanes) will lead you from Thonon les Bains to Nice, along 1 400 km / 875 miles of paths including 175 km/281 miles in the Alpes de Haute Provence. A physically and technically demanding journey but undeniably a fun experience!

www.vtopo.fr

Whether cycled in full or in part only, these two itineraries require a high level of technical and physical skill. They are reserved for those who are accustomed to the sport and who are in excellent physical health. Don't hesitate to contact us for more information.

Download GPX tracks at www.rando-alpes-haute-provence.fr or www.francevelotourisme.com

PLATEAU DE VALENSOLE, LAC DE SAINTE-CROIX, BASSES GORGES ET HAUT-VAR



Légende / Key

Espace VTT-FFC Provence Verdon

51 boucles, 1100 km d'itinéraires

4 niveaux de difficulté :

- Niveau Très Facile / Very easy
- Niveau Facile / Easy
- Niveau Difficile / Difficult
- Niveau Très Difficile / Very advanced level

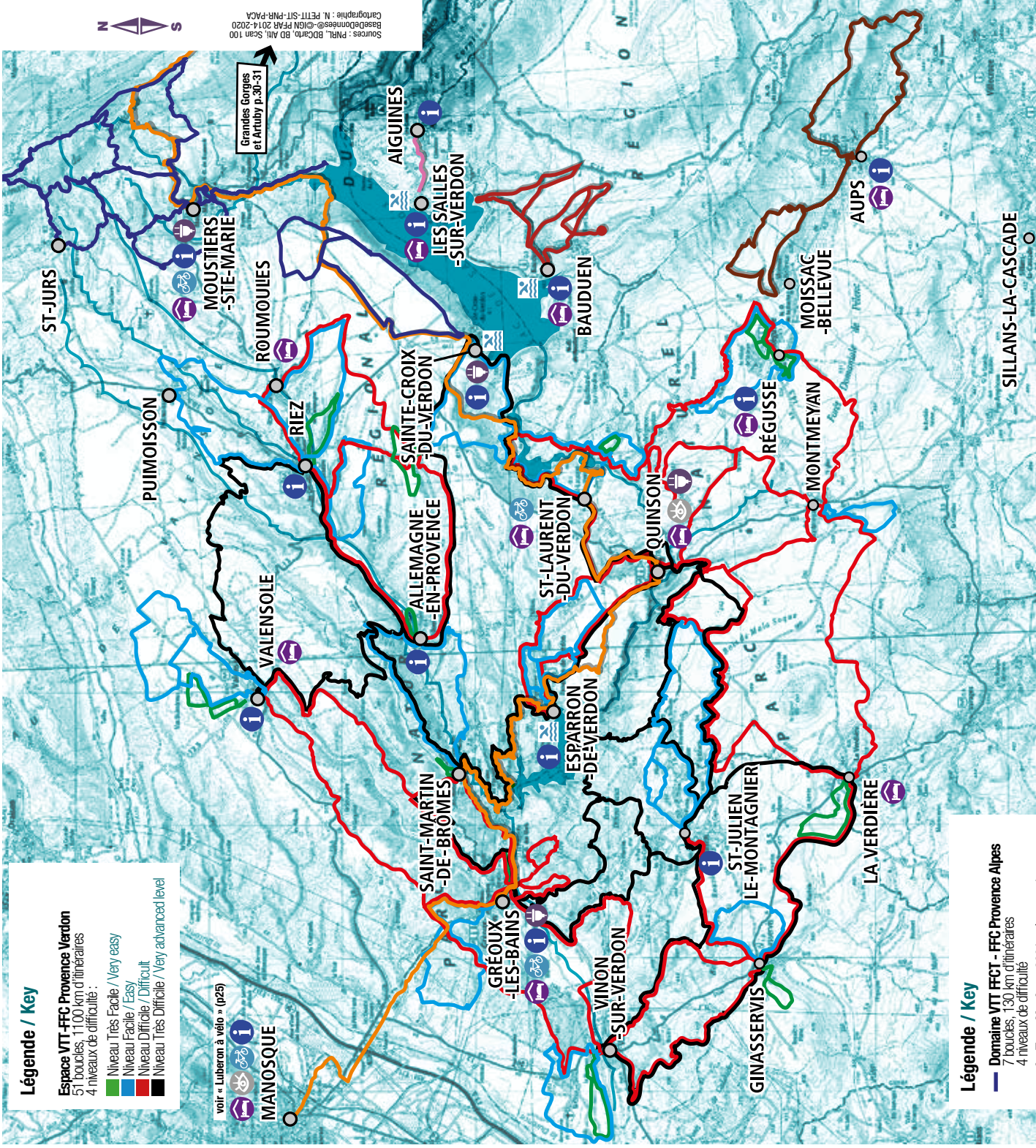
voir « Luberon à vélo » (p25)



MANOSQUE

Sources : P.N.R.L. BD Cartho, BD Alt., Scan 100
Béatrice Bonnesse - © IGN PNR 2014-2020
Cartographie : N. PETIT - SIT - PNR - PCA

Grandes Gorges
et Artuby p.30-31



Légende / Key

Domaine VTT FFCT - FFC Provence Alpes

7 boucles, 130 km d'itinéraires

4 niveaux de difficulté

La Trans'Verdon - 260 km à parcourir en
itinérance - niveau continue

Boucles VTT d'Aups

(départ à l'OT d'Aups)

Boucles VTT de Bauduen

(départ à l'OT de Bauduen)

Sentier Aiguines - les Salles-sur-Verdon

(départ à l'OT d'Aiguines)



L'ESPACE VTT-FFC PROVENCE VERDON THE ESPACE VTT-FFC PROVENCE VERDON

Avec ses petits massifs rocheux, les rives panoramiques de ses lacs, son grand plateau ondulant et ses collines truffées de sentiers joueurs, le Verdon occidental s'impose comme un eldorado pour VTT. 51 boucles au départ de 18 communes pour près de 1100 km de parcours balisés : telle est l'offre de cet espace VTT, qu'il conviendra de sillonner sans modération.

With its small craggy massifs, the panoramic views from its lakeshores, its vast undulating plateau and its hills criss-crossed by challenging trails, the western Verdon is a mecca for mountain bikers. 51 loops starting in 18 different towns and villages, and almost 1,100km of marked routes - that's what's on offer in this mountain biking area, where exhilarating outdoor adventure is guaranteed.



www.provence-verdon-vtt.fr
04 92 78 01 08



DOMAINE VTT FFCT-FFC PROVENCE ALPES PROVENCE-ALPES MOUNTAIN BIKE AREA

Le domaine « VTT Provence Alpes », secteur Verdon, offre 7 circuits balisés de différents niveaux au départ de Moustiers-Sainte-Marie et Sainte-Croix, dont 1 circuit Gravel. Des pistes accessibles du plateau aux sentiers techniques du Montdenier, le cadre est exceptionnel pour la pratique. Découvrez aussi 3 autres secteurs de l'espace Provence Alpes pour rouler : « Digne-les-Bains », « Blanche - Serre-Ponçon » ou « Val de Durance ».

Provence Alpes proposes 7 signposted circuits for different levels, from Moustiers or Sainte-Croix, including 1 Gravel track. Rolling trails on the plateau or technical tracks on the Montdenier offer an exceptional environment for the mountain bike. Want more? Ride on 3 other sectors for bike ride : « Digne-les-Bains », « Blanche - Serre-Ponçon » or « Val de Durance ».

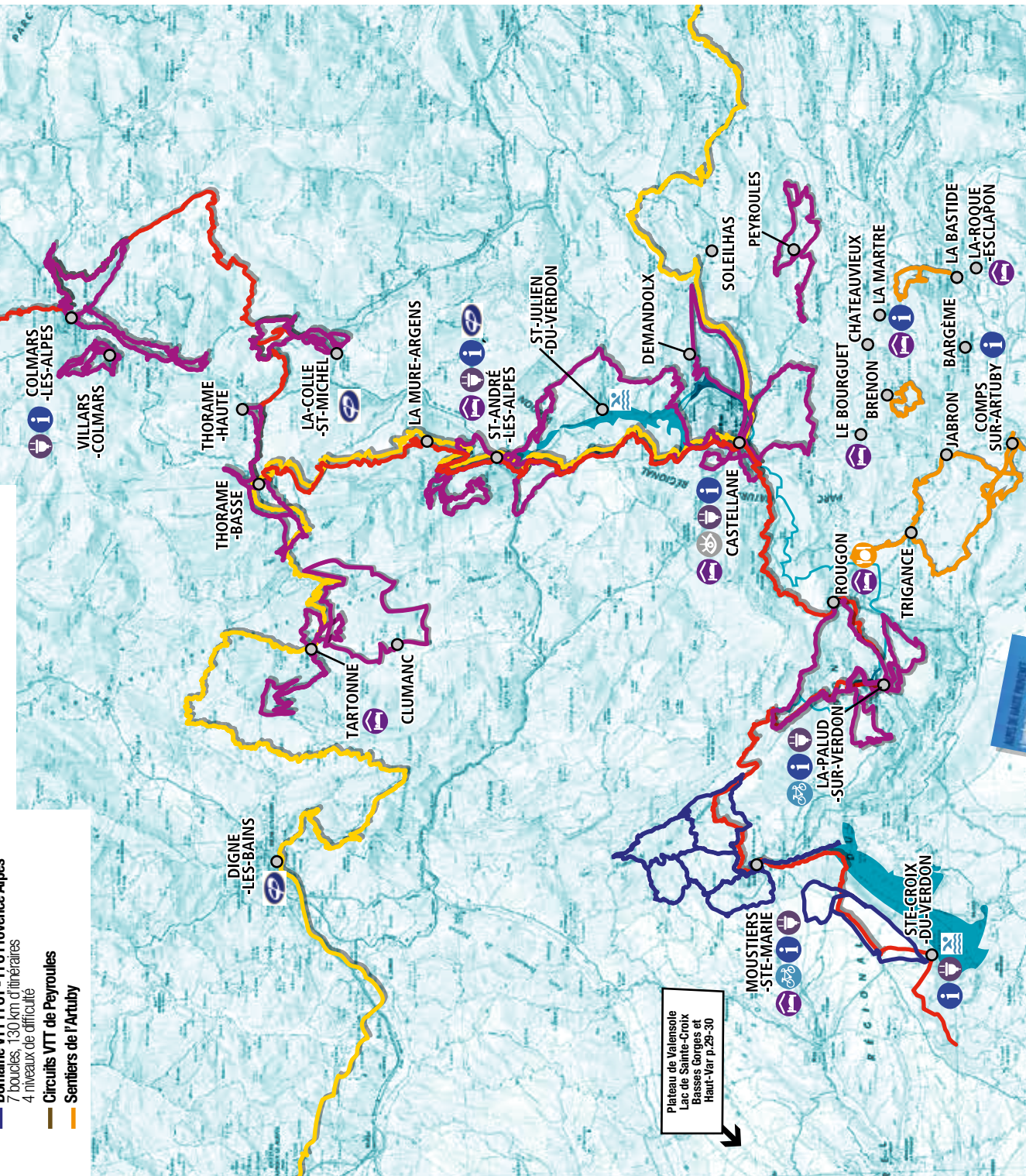
www.tourisme-alpes-haute-provence.com
www.moustiers.fr

HAUT ET MOYEN VERDON

- **La TransVerdon**
260 km à parcourir en itinérance - niveau confirmé
- **Les Chemins du Soleil**
1400 km à parcourir en itinérance - niveau confirmé
- **Espace VTT-FFC Des sources aux gorges du Verdon**
51 boucles, 650 km d'itinéraires - 4 niveaux de difficulté
- **Domaine VTT FFC - FFC Provence Alpes**
7 boucles, 130 km d'itinéraires
4 niveaux de difficulté
- **Circuits VTT de Peyroules**
- **Sentiers de l'Artuby**

PLUS D'INFOS / MORE INFORMATION:

- **Espace VTT-FFC Des sources aux gorges du Verdon** : 04 92 83 41 92 - 04 92 89 02 39
www.verdонтourisme.com
- **La TransVerdon** : 04 92 31 82 22
www.vtt-alpes-haute-provence.fr
- **Les Chemins du Soleil** :
www.routedesgrandesalpes.com



Plateau de Valensole
Lac de Sainte-Croix
Basses Gorges et
Haut-Var p.29-30



i Verdon Tourisme
04 84 32 04 04
www.verdонтourisme.com



i
Aiguines 04 94 70 21 64
Allemagne-en-Provence 04 92 75 01 73
Aups 04 94 84 00 69
Bauduen 09 67 73 43 25
Gréoux-les-Bains 04 92 78 01 08
Quinson 04 92 74 01 12
Les Salles-sur-Verdon 04 94 70 21 84
Moustiers-Sainte-Marie 04 92 74 67 84
Régusse 04 94 70 19 01
Riez 04 92 77 99 09
Sainte-Croix-du-Verdon 04 92 77 85 29
Saint-Julien-le-Montagnier 04 94 77 20 95
Valensole 04 92 74 90 02



CARNET D'ADRESSES



"Accueil vélo" est une marque nationale qui s'appuie sur une charte de qualité afin de garantir aux vélotouristes des services de qualité ! Elle concerne des hébergements, des restaurants, des loueurs et réparateurs de vélos, des sites touristiques ainsi que des offices de tourisme.

ZONE PLATEAU DE VALENSOLE, BASSES GORGES ET LAC DE SAINTE CROIX

PLATEAU DE VALENSOLE 17

OÙ SE LOGER/ Accommodations

VALENSOLE - 04210

- **CAMPING LES LAVANDES****
273 Chemin de Bellevue (route de Puimisson)
+33 (0)4 92 74 84 18
campingleslavansevalensole@gmail.com
www.camping-les-lavandes-valensole.com
♿ 50 ♿ 11 ♿ 400 f

TOUR DU VERDON

Etape 1 : Gréoux-les-Bains <-> Moustiers-Sainte-Marie cf p.18

Boucles vélo à proximité : Lacs du Verdon, Plateau de Valensole, La Romaine, Barrages du Verdon, Espace VTT-FFC Provence Verdon et Provence Alpes, TransVerdon

OÙ SE LOGER/ Accommodations

QUINSON - 04500

- **GÎTE L'ESCARGOT**
Quartier Ferraille
+33 (0)4 92 74 09 73
gite.escargot@gmail.com
www.giteescargot.com
♿ 2 ♿ 16 ♿ ♿ ♿

SAINT LAURENT DU VERDON -04500

- **HÔTEL LE MOULIN DU CHÂTEAU*****
99 Chemin d'Albosc
+33 (0)4 92 74 02 47
info@moulin-du-chateau.com
www.moulin-du-chateau.com
♿ 10 ♿ 24 ♿ ♿ ♿ ♿

MOUSTIERS SAINTE MARIE - 04360

- **LA FERME DU PETIT SÉGRIS**
Gîte et chambre d'hôtes
Le Petit Ségris
+33 (0)4 92 74 68 83
+33 (0)6 11 53 34 48
sylvie@chambre-hote-verdon.com
www.chambre-hote-verdon.com/
gite-provence
♿ 5 ♿ 1 ♿ 13+14=27 ♿ ♿ ♿ ♿ ♿

ROUMOULES - 04500

- **LE VIEUX CASTEL**
1 route des châteaux
+33 (0)6 29 33 27 57
vieuxcastelpro@gmail.com
www.levieuxcastelroumoules.com
♿ 5 ♿ 12 ♿ ♿

ZONE GRANDES GORGES ET ARTUBY

TOUR DU VERDON

Etape 2 : Moustiers - Sainte- Marie <-> Trigance cf p.20

Boucles vélo à proximité : Grand canyon, Les Gorges du Verdon, Le toit du Var, TransVerdon, Espace VTT-FFC Provence Alpes

OÙ SE LOGER/ Accommodations

LES SALLES-SUR-VERDON - 83630

- **CAMPING LA SOURCE******
Quartier Margaridon
+33 (0)4 94 70 20 40
contact@camping-la-source.eu
www.camping-la-source.eu
♿ 59 ♿ 41 ♿ 280 ♿ ♿ ♿ ♿ ♿

ZONE ARTUBY ET HAUT VAR

TOUR DU VERDON

Etape 3 Trigance <-> Comps-sur-Artuby

Etape 4 Comps-sur-Artuby <-> Bauduen cf p.21

Boucles à proximité : Les Gorges du Verdon, Belvédères du Verdon, Le Toit du Var, Les Barrages du Verdon, Terres Truffes et Cascades, La Méditerranée à vélo, La Vigne à vélo

OÙ SE LOGER/ Accommodations

LA ROQUE-ESCLAPON - 83840

- **CAMPING MUNICIPAL « NOTRE DAME »**
Quartier Notre-Dame
+33 (0)4 94 76 83 18
+33 (0)6 15 37 62 39
camping@laroque-esclapon.fr
camping.la-roque-esclapon.fr
♿ 45 ♿ 45 ♿ 9 ♿ 336
- **GÎTE D'ÉTAPE LA CHAPELLE**
Quartier Notre-Dame
+33 (0)4 94 76 83 18
+33 (0)6 15 37 62 39
camping@laroque-esclapon.fr
♿ 2 ♿ 14

AUPS -83630

- **CAMPING L'ÉMERAUDE DU VERDON*****
1124 Route de Moissac
+33 (0)4 94 70 12 86
campingsaintlazare83@gmail.com
www.camping-stlazare-var.fr
♿ 18 ♿ 26 ♿ 180

BAUDUEN -83630

- **CAMPING AUX VALLONS *****
283 RD 71
+33 (0)4 94 70 09 13
auxvallons@orange.fr
www.auxvallons.fr
♿ 41 ♿ 30 ♿ 71



ZONE HAUT VAR ET BASSES GORGES

TOUR DU VERDON

Etape 5 : Bauduen <-> Gréoux-les-Bains

Boucles vélo à proximité : Les Barrages du Verdon, Les Plateaux du Bas-Verdon,

OÙ SE LOGER/ Accommodations

LA VERDIÈRE - 83560

- **CAMPING DE LA VERDIÈRE*****
345, Route de Manosque
+33 (0)4 94 78 30 60
campingdelaverdiere83@gmail.com
www.camping-la-verdiere-83.com
♿ 13 ♿ 13 ♿ 143

RÉGUSSE - 83630

- **CHEZ TATA**
Chambres d'hôtes
565 Avenue des genévriers
+33 (0)7 87 39 65 98
cheztataregusse@gmail.com
www.cheztataregusse.fr
♿ 5 ♿ 15

ZONE HAUT ET MOYEN VERDON

Liaison Tour du Verdon

Boucles à proximité : Les Hautes Vallées, Verdon et Vaire, Belvédères du Verdon, Grand Canyon, Autour du Teillon, liaison Tour du Verdon, Grandes traversées VTT-FFC, Espace VTT-FFC Des Sources aux Gorges du Verdon

OÙ SE LOGER/ Accommodations

CASTELLANE - 04120

- **CAMPING CHASTEUIL VERDON PROVENCE*****
8129 Route des Gorges du Verdon
+33 (0)4 92 83 61 21
contact@chasteuil-provence.com
www.chasteuil-provence.com
♿ 174 ♿ 18 ♿ 650 ♿ ♿ ♿ ♿ ♿

- **CAMPING FRÉDÉRIC MISTRAL*****
12 Avenue Frédéric Mistral
+33 (0)4 92 83 62 27
camping-frederic-mistral@orange.fr
www.camping-fredericmistral.fr
restaurant le soir
♿ 32 ♿ 25 ♿ 180

ROUGON - 04120

- **HÔTEL-RESTAURANT** AUBERGE DU POINT SUBLIME**
Lieu-dit Le Point Sublime
+33 (0)4 92 83 69 15
+33 (0)6 75 95 91 86
pointsublime@orange.fr
www.auberge-pointsublime.com
♿ 13 ♿ 32 ♿ ♿ ♿ ♿

SAINT-ANDRE-LES-ALPES- 04170

- **HOTEL BEL AIR****
Hôtel - restaurant
restaurant ouvert service du midi uniquement
Route de Nice
+33 (0)4 92 89 17 91
contact@hotel-belair.com
www.hotel-belair.com
♿ 8 ♿ 21

TARTONNE-04330

• GÎTE D'ÉTAPE ET DE SÉJOUR DES ROBINES

Gîte d'étape et de séjour des Robines
Le village les apaluns
+33 (0)4 92 34 26 07
+33 (0)6 24 33 77 08
contact@gitedesrobines.com
www.grand-gite-robindes.com
♿ ♿ 9 ♿ 28

OÙ SE RESTAURER/ Restaurant

ROUGON - 04120

- **LE MUR D'ABEILLES**
Crêperie et gîte d'étape
Le Village
Restaurant : +33 (0)4 92 83 76 33
Gîte étape : +33 (0)4 92 31 38 09
murabelle@orange.fr

- **HÔTEL-RESTAURANT** AUBERGE DU POINT SUBLIME**
Lieu-dit Le Point Sublime
+33 (0)4 92 83 69 15
+33 (0)6 75 95 91 86
pointsublime@orange.fr
www.auberge-pointsublime.com
♿ ♿





POUR EN SAVOIR PLUS ET ALLER PLUS LOIN

To know more info and go further



www.tourisme-alpes-haute-provence.com
www.vtt.alpes-haute-provence.fr
 Toute l'offre et actus vélo et VTT des Alpes-de-Haute-Provence



www.rando-alpes-haute-provence.fr
 Le site dédié aux activités de randonnée dans les Alpes-de-Haute-Provence



sportnature.var.fr



www.valeursparc.fr



www.cheminsdeparcs.fr
 Tours et détours dans les Parcs naturels régionaux de Provence-Alpes-Côte-d'Azur.



www.francevelotourisme.com
 Itinéraires, parcours et services "Accueil Vélo" en France



Vélo Loisir Provence est adhérente à la Fédération française des usagers de la bicyclette
www.fub.fr



Vélo Loisir Provence soutient l'Association Française des Véloroutes et Voies Vertes.
www.af3v.org

MÉTÉO / WEATHER

Alpes de Haute-Provence :
 + 33 (0)8 99 71 02 04
 Var : + 33 (0)8 99 71 02 83
 (2,99 € par appel / call + prix appel.)
www.meteofrance.com

NUMÉROS UTILES USEFUL NUMBERS

- N° d'urgence / Emergency : 112
- Police / Gendarmerie : 17
- Pour connaître le niveau de risque d'incendie / Fire risk :
 Var : +33 (0)4 89 96 43 43



DÉCOUVREZ LE LUBERON À VÉLO

Le Luberon à vélo, un réseau d'itinéraires adapté à toutes les pratiques, sur routes et sur chemins. Il se compose d'une grande boucle vélotouristique de 236 km, ainsi que d'un maillage de boucles connexes et de sentiers VTT. Ces circuits vous emmèneront à la découverte d'un territoire remarquable tant par la variété de ses paysages que par la richesse de ses patrimoines. Diversifiés, en itinérance ou à la journée, ils sont destinés à une pratique familiale comme sportive et sillonneront le Pays de Forcalquier - Montagne de Lure, le Pays d'Aigues, la Véloroute du Calavon (La Méditerranée à vélo) sans oublier les Ocre à vélo du Luberon et le Pays de Gordes.

A proximité de ces circuits touristiques, un réseau de professionnels s'est engagé dans le label « Accueil Vélo ».

Ils vous réservent un accueil privilégié !

Liste de l'ensemble des adhérents à retrouver sur :
www.veloloisirprovence.com

DISCOVER THE LUBERON BY BIKE

The Luberon by bike, a network of itineraries adapted to all practices, along the lanes and byways of the region. It consists of one major 236 km loop around the Luberon mountain by tourist bike, as well as a grid of looping routes and mountain bike trails, which provide the opportunity to explore this remarkable countryside of such varied scenery and such a wealth of heritage. Very diverse, for one or several days, these itineraries are designed to suit families and sportspersons alike, criss-crossing the whole area : the Pays de Forcalquier - Montagne de Lure, the Pays d'Aigues, the Veloroute du Calavon (La Méditerranée à vélo), not forgetting of course the renowned Ochres of Luberon and Pays de Gordes.

A group of professional guides approved by "Accueil Vélo" are close by and on hand to give you privileged help and advice.

Find out more through the list of members on:
www.veloloisirprovence.com



www.veloloisirprovence.com



VÉLO LOISIR PROVENCE

Association loi 1901

Maison du Parc

Domaine de Valx

04360 Moustiers Sainte Marie

Siège social : Café de la gare

835, avenue de la Gare - 84440 Robion

Tel : +33 (0)4 90 76 48 05

info@veloloisirprovence.com

www.veloloisirprovence.com



veloloisirprovence

Un groupement de professionnels du tourisme engagés et attentifs à vos besoins.

Une équipe à votre écoute pour faciliter et construire ensemble
votre séjour : assistance, fiches parcours et conseils.

A group of tourism professionals who are committed and ready to meet your needs.

A team at your service to design your stays with you and
make it easier: assistance, itineraries and advice.

Avec le soutien de :



Toutes les photos appartiennent à l'association Vélo Loisir Provence soit en propriété, soit par convention.
Reproduction interdite sans accord préalable. Les données publiées sont non contractuelles.

© Crédits photo : P 1 / 2 / 7 (bas) / 12 / 13 / 16 / 26 / 32 / 34 / 35 / 36 Julien ABELLAN, P 7 / 14 VLP, P 9 / 12 B.LUCAS
P 10 / 14 C. Debenath_VLP, P 16 VT CLASS, P 19 ADT04_HelloLaroux, P 32 VLP